

事例提供者：武見 ゆかり委員

1. Diet Action Plan for Scotland: Eating for Health (1996)

スコットランドでは、1996年から健康づくりのための食生活に関する行動計画を策定し推進している。

この計画の中で、栄養・食生活は、健康との関わり、産業・経済との関わり、生活の楽しみとしてとらえられている。ここでの、Healthy Eating とは、野菜と果物、穀物、魚介類、脂身の少ない肉をより多く、油脂、砂糖、食塩は 控えめにという内容を言う。

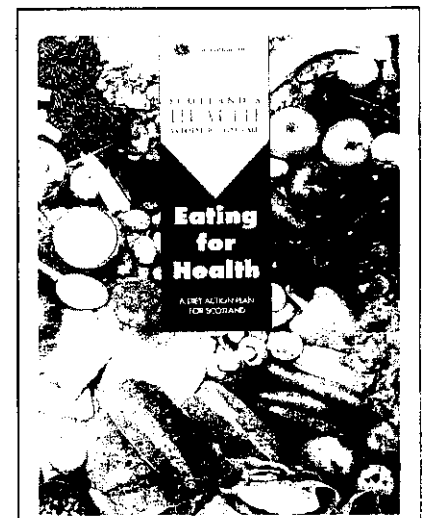
1 Action Plan(行動計画)の考え方

4つの基本方針

- ・住民に健康的な食物選択を奨励し、また、健康的な食物を要求するよう奨励する取組み
(学習の機会の提供)
- ・健康的な食物・食事の提供：生産・加工・外食の場（食物へのアクセス面の取組み）
- ・健康的な食物に関する情報提供：住民、学校給食の場、飲食業者、行政関係者などへ
(情報へのアクセス面の取組み)
- ・以上の取組みの普及（住民に影響を及ぼすように）：行政、スーパーマーケット、ファーストフード

2 Action Plan 中での71の提案

- ・食物生産者（農業、漁業、畜産業、環境）への提案
- ・食品企業、食品加工業者への提案
- ・小売り業者への提案 →スーパーマーケットの位置づけ大
- ・飲食業者への提案→ Healthy Eating Award Scheme の提案
- ・地域活動、地域保健担当部署への提案
- ・保育、教育活動（保育所、学校）への提案
- ・保健担当中央官庁（National Health Service）への提案
- ・関連部署との連携



2. Scottish Healthy Choices Award Scheme (SHCA)

1. SHCA の対象

すべての飲食業を対象とする。

サンドイッチバーからレストラン、5つ星ホテル、職場給食、学校給食等まで

2. SHCA の運営

Administrated by : The Scottish Consumer Council, and
The Health Education Board for Scotland

Managed by : Local Health Boards and Environmental Health Services

3. SHCA の有効期間 : 2年間 (2年毎に審査を受ける必要あり)

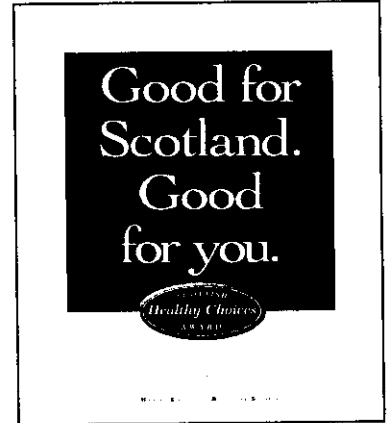
4. 飲食業者にとっての効果評価

方法 :

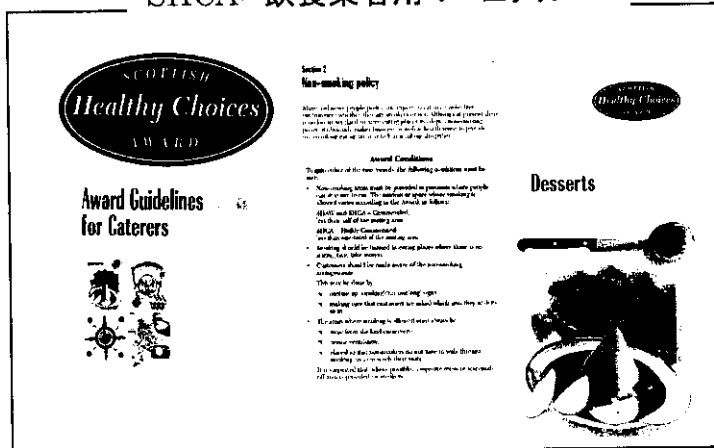
- ・ 飲食業者の69件の担当者/オーナーへの電話インタビュー
- ・ 6つの施設の担当者への評論面接 (事例調査)
- ・ 6つの施設の利用者180名へのネット上アンケート調査

結果 :

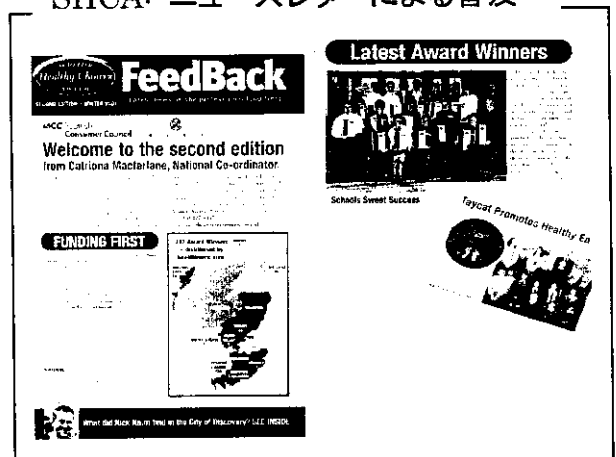
- ・ 施設を利用することで、食事がより健康的になったと回答した者は3割
- ・ 施設において、より健康的な食物(メニュー)選択をするようになったと回答した者は4割



SHCA: 飲食業者用マニュアル



SHCA: ニュースレターによる普及



事例提供者：吉池 信男委員

個人や小集団に対して直接的に行う栄養・食教育ではなく、地域全体で人々の食に関する“情報へのアクセス”や“食物へのアクセス”に働きかけること（＝“食環境づくり”）が、果たして人々の食生活や健康指標、疾病等にどのような影響を与えるのかについて、十分な“エビデンスレベル”をもって示したものは、海外での例を含めても非常に限られている。

例えば、わが国において食塩の摂取量は、学術誌等に発表された限定された地域での調査結果等から、1950年以降1970年にかけて急激に減少したと推測されるが、国レベルのデータは国民栄養調査で食塩摂取量の値が出されるようになった1973年以降である。また、各地域での食塩摂取量の減少が、どの程度、積極的な対策（食環境づくり等）によるもので、どの程度“自然の変化”なのかを区別し、積極的な対策の“真の効果”を知ることは意外と難しい。

そのような“真の効果”に接近するための試みとして、対照群を置いた“地域を基盤とした介入研究”が、欧米諸国においていくつか行われている¹⁾。これらは、“Demonstration Project”とも呼ばれ、実際の施策（地域レベル、国レベル）として実施される前に、その有効性や実施可能性について研究レベルとしていわば試験的に行われたものである。

それらの中でも、もっとも総合的に行われ、多くの論文（エビデンス）が出されている North Karelia Project²⁾ に関して、簡単に紹介する。

○ North Karelia Project における食環境づくりと住民の生活習慣、健康指標の変化

1) 大規模な地域を基盤とした循環器病予防プログラム（1972年～）

主な目的：虚血性心疾患による死亡率の低下 → 主要な慢性疾患の予防と健康増進

2) 介入地域:North Karelia（人口約18万人）、対照地域:Kuopio（同約25万人）、Southwestern Finland（同約20万人）

3) 介入内容：①情報提供（テレビ、ポスター等によるキャンペーン）、②一次予防のための保健プログラム、③地域社会における組織活動、④環境整備

※この中で食については、①“情報へのアクセス”：メディア、婦人組織との連携、地域におけるプログラム（教室、コンテスト等）、②“食物へのアクセス”：食品産業やスーパーマーケットと連携した低脂肪食品の開発販売、調理油の種類の変更等、生産地において酪農から果物生産へと転換（“ベリー・プロジェクト”）

4) 評価指標：①実行可能性（利用可能な資源の量等）、②経過（介入の実施状況、環境要因の変化等）、③影響・結果評価（知識・態度・行動、危険因子、疾病・死亡率の変化）、④コスト

5) 成果の概要：①利用されている牛乳の種類（低脂肪乳の増加）、パン、料理等へのバターの使用頻度の減少、脂肪摂取量の低下、②血清コレステロールや血圧値の低下、③心疾患死亡率の低下

1) North Karelia Project(ノルウェー)、Stanford Five-City Project(米国)、Minnesota Heart Health Project(米国)等

2) ① Puska P: Successful prevention of non-communicable diseases: 25 year experience with North Karelia Project. *Public Health Medicine* 2002; 4(1): 5-7, ② Piettinen P, et al: Nutrition as a component in community control of cardiovascular disease (The North Kaleria Project). *Am J Clin Nutr* 1989; 49: 101-24, ③ Piettinen P, et al: Dietary Changes in the North Karelia Project (1972-1982). *Prev Med* 1988; 17: 183-193

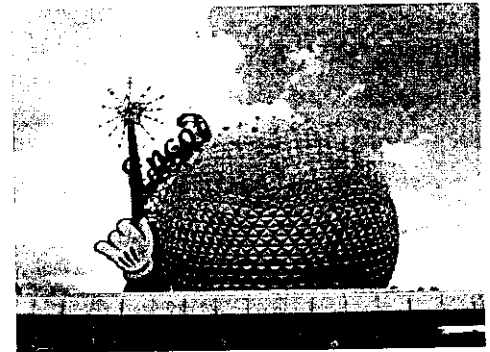
事例 15

ディズニーワールドで栄養を学ぼう！

事例提供者：東京農業大学 高橋 東生氏

未来都市 エプコット

1982年にアメリカ合衆国フロリダ州オーランドにウォルト・ディズニーが描いた実験的未來都市（Experimental Prototype Community Of Tomorrow :EPCOT）が完成した。EPCOTは東京ディズニーランドの約2倍の敷地面積の中に、科学技術やエネルギー、海洋、健康をテーマとした近未来技術を体験できるフューチャー・ワールドがある。



ランド館(The Land)

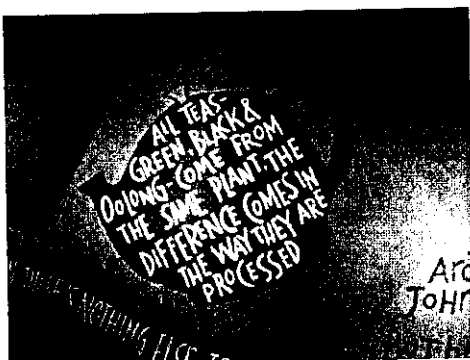
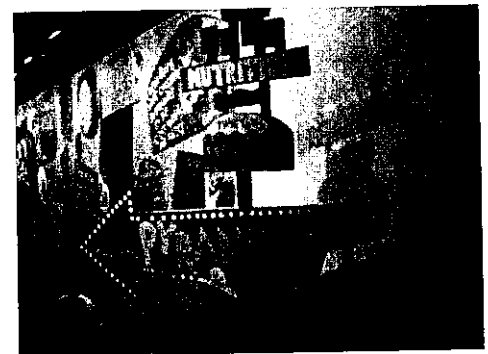


中でも人間と動物、植物が暮らす「大地」をテーマとしたランド館（The Land）では、実際に我々の周りを取り巻く環境や健康・栄養をテーマとしたアトラクションがある。

その中の一つに「フード・ロックス」というショー形式で、子どもから大人まで楽しめる人形劇がある。オーディオ・アニマトロニクスという技術を使い、人間の動作と同じ動きが再現されている。

フード・ロックスの入り口

このアトラクションの入り口では、まず「Good Nutrition is Easy than You Think＝みんなが思っているよりも栄養というのは親しみやすいものだよ」というテーマを掲げ、食事に関する様々な展示物がある。

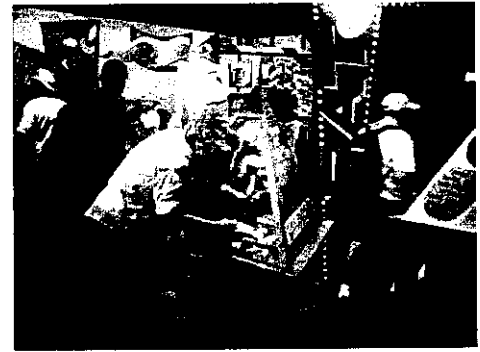


このスライドを見ると壁一面に格言が書かれている。

「All Teas Green, Black & Oolong - Come From the Same Plant = 日本茶であっても、紅茶であっても、ウーロン茶であっても、最初と同じプラント（植物）から作られている。すなわち、製法が違うというだけでその素材は同じだよ」ということをポットの形で示している。同じような食品あるいは栄養に関する格言が60項目ほど掲示されている

「SEE the PYRAMIDS」と書かれた展示では、実物大模型を使用したフードガイドピラミッドの紹介がある。

このスライドでは、小さな子供とおばあちゃんがフードガイドピラミッドを一生懸命のぞき込んでいる。実物大のフードモデルを使うことによって、それぞれサービングサイズを分かり易く、展示している。ピラミッドの上にいけばいくほど量が少なくなって、下にいくとだんだん多くなることを示している。



このように実物を見せることによって、子供達も「これぐらいの量なのか」ということが理解できる。

フード・ロックス(アトラクション)



フード・ロックス (Food Rocks) というアトラクションでは、フードラベル (Nutrition Label: 栄養成分表示) の人形がラップで司会を務め、有名スター達が自分の替え歌に併せて、バランスの良い食事についてシャウトするという内容である。「ピーチボーイズ」という「ピーチボーイズ」のパロディやイギリスの「ポリス」というバンドが自ら「Every Breath You Take」というヒット曲を「Every Bite You Take」という替え歌にして「あなたが1口食べるごとに、あなたがケーキを焼くたびに、あなたが牛乳を飲むごとに、あなたが卵を割るごとに、あなたの身体の一部になるんだよ」とか、「あらゆる料理も、どんなパンも魚も、油っぽいクッキーも、秘密の願いのように君の一部になるんだ」といった内容で歌っている。

また「ジャンクフード」という悪者が出てきて「エクササイズなんかやっつけられるか!」と言うと、フードラベル (フードラッパー) が「いや、そうじゃないんだよ。君たち、落ち着いてくれ。僕たちはコンサートの真っ最中なんだから。いつもの食事を考えてごらん」と言ってたしなめるシーンがある。

悪者が出てきても、善者が出てきてやっつけてくれるので安心。という内容になっている。

ポリスの替え歌「Every Bite You Take」

Every bite you take, 1口食べるごとに
Every cake you bake, ケーキを焼くたびに
Every milk you shake, 牛乳を飲むごとに
Every egg you break, 卵を割るごとに
Will be part of you.

きみの身体の一部になるんだよ

野菜・果物をもっとたくさん食べよう!

乳製品、新鮮な魚などの良質なタンパク

をたくさん食べて、脂肪は減らそう!

暴飲暴食はやめて、もっと運動をしよう!

(No Excess, More Exercise!)